

Bietola burro e Parmigiano

La **bietola burro e Parmigiano** è un contorno di bietola lessata o cotta a vapore, ripassata in padella con il burro e Parmigiano grattugiato. E' ottima in accompagnamento a piatti a base di carne o di uova.

La **bietola burro e Parmigiano** può anche essere gratinata, mettendola in una pirofila e passandola sotto il grill del forno per il tempo necessario alla formazione della crosticina superficiale.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **170Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 400 g di bietole da costa
- 20 g di burro
- 30 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- Sale fino
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Pulire la bietola separando le coste dalle foglie e scartare quelle rovinare.
- Tagliare le coste a pezzettini di un paio di centimetri di lunghezza al massimo.
- Sciacquare bene le coste e le foglie separatamente.
- Cuocere a vapore per 20 minuti, oppure lessare in abbondante acqua salata per 10 minuti. Mettere per prime le coste e dopo 5 minuti unire le foglie.
- Quando la bietola è cotta, ritirarla. Se si è lessata scolarla molto bene.
- In un padellino antiaderente far sciogliere il burro, unire la bietola e il Parmigiano, tenendone da parte una manciata per decorare.
- Lasciare cuocere, mescolando, fintanto che l'acqua di cottura non si sarà asciugata.
- Regolare di sale, pepare e servire decorando con il Parmigiano tenuto da parte.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne o di uova.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.